inspection académique
Seine-Maritime
académie
Rouen

Circonscription de
Fécamp

ACTIVITES AQUATIQUES : MODE D'EMPLOI

LES 4 AXES DE TRAVAIL

La préparation des séances doit permettre d'aborder les 4 axes de travail définis ci-dessous et de tendre vers les objectifs que sont :

- La prise de plaisir
- La découverte du milieu
- L'acquisition d'aisance et d'autonomie dans l'eau
-

S'inspirer des tests pour organiser une progression,
Respecter le niveau et la vitesse d'appropriation de l'enfant

a. Entrée dans l'eau

- Effectuer toutes sortes d'entrées dans l'eau, dans différentes positions (debout, assis, roulade avant/arrière) depuis plusieurs points de départ (marches, tapis, échelle, bord) sans ou avec aide (perche, support de flottaison, présence de l'adulte) et en adaptant la difficulté aux possibilités de l'enfant.

b. Immersion/Respiration

- Immerger progressivement le corps jusqu'à l'immersion complète de la tête, en proposant par exemple: de mettre la bouche dans l'eau (peut être avec un tuyau pour les débutants) et de souffler, ou bien crier sous l'eau ou bien mettre une oreille dans l'eau (ou les deux) avec la tête en arrière (tout ceci avec ou sans aide, en fonction des réactions de l'enfant);

- Expérimenter les différentes formes d'expiration (nasales, buccales, aériennes et subaquatiques);

- Recherche d'objets en profondeur (adaptation en fonction de l'enfant) ce qui permet également l'expérimentation de la résistance de l'eau et la poussée d ' Archimède ;

- Ce travail d'immersion peut être complété par des exercices de flottaison.

c. Equilibre

- Effectuer des jeux avec ou sans appuis, avec ou sans matériel;
- Adapter la portance de l'eau dans différentes positions afin de construire l'équilibre ventral et dorsal.

d. Déplacement

- Expérimenter toutes les formes de déplacement possible avec appuis, avec le matériel et, lorsque l'équilibre s'installe, permettre la mise en jeu de la motricité en délaissant progressivement le matériel pour tendre vers l'autonomie.

PROJET PEDAGOGIQUE

Ce projet présente un cadre de base de travail. Il pourra être aménagé conjointement en fonction de l'évolution des élèves.
Le module d'enseignement est constitué d'un nombre de séances qui correspond aux objectifs de l'école pour le cycle 2 et le cycle 3.

Le module d'enseignement est construit de la façon suivante:

- 14 séances au CP
- 14 séances au CE 1

- découvrir et se familiariser avec le milieu aquatique
- éprouver les sensations propres au milieu aquatique
- s'adapter aux caractéristiques de l'eau
- se sentir en sécurité dans les 3 dimensions de l'espace aquatique (surface et profondeur)

A l'issue de ce module de 28 séances, l'évaluation sera proposée à tous les élèves.
Cette évaluation doit être préparée en classe, elle se présente sous la forme de contrat pour l'élève.

- 3 modules de 8 séances seront proposés aux élèves de cycle 3:

- confirmer le niveau « nageur » scolaire,
- se perfectionner,
- acquérir d'autres compétences notamment en termes de sauvetage,
- découvrir d'autres pratiques aquatiques
- assurer la liaison avec le collège

A l'issue de ces nouveaux modules, les élèves auront bénéficié tout au long de leur cursus scolaire de 72 à 90 séances à la piscine, l'évaluation sera proposée aux élèves.
L'évaluation doit être préparée en classe, elle se présente sous la forme de contrat pour l'élève.
Elle vise le niveau « nageur » de fin de 6ème de collège.

PROJET CP-CE1

Tests d'évaluation 1ère séance:

L'éducateur prend la classe (avec l'enseignant) pour remplir un tableau d'évaluation.
Les tests se font dans le grand bassin; les enfants passent plusieurs fois sur le même circuit pour être évalués.
A la fin de la séance, les feuilles d'évaluation sont remises aux éducateurs qui constituent 4 groupes pour la semaine suivante.

MODULE POUR LE CP

Objectif: Favoriser chez l'élève l'enchaînement d'actions et le sentiment de sécurité dans le milieu aquatique

LA PREMIÈRE SEANCE :

1 - Découverte de la piscine: Les élèves avec l'enseignant de la classe sont accueillis par l'équipe de maîtres nageurs de la piscine dès la sortie des vestiaires. Ces derniers rappellent aux élèves 1es consignes d'hygiène et de sécurité et aux enseignants le P.O.S.S de la piscine.

Rappel: le bonnet de bain n'est pas obligatoire à la piscine toutefois il est fortement conseillé aux enseignants de familiariser les élèves avec le port du bonnet.

2 - Entrée dans l'eau: « aménagement de tout le bassin » pour les 2 classes
Objectif: évaluation diagnostique et constitution des groupes

DEUXIEME A TREIZIÈME SEANCES :

Objectif: entrer dans l'eau, s'immerger, se déplacer, se rééquilibrer, s'équilibrer.
Contenu: dans chaque espace, il doit être possible de proposer :

- des entrées dans l'eau en P.P ou G.P (avec ou sans aides) avec rééquilibration
- des immersions en P.P ou G.P
- des déplacements en P.P (jeux terrestres) ou avec appuis solides ou camarade en G.P avec objets flottants ou avec appuis solides ou camarade
- des équilibres en P.P (ventral, dorsal, vertical)
- en G.P (chutes, étoiles...),
- des jeux terrestres connus à adapter au milieu aquatique

QUATORZIEME SEANCE
(ou avant-dernière séance du module activité aquatique au CP).

Objectif: évaluer les compétences atteintes par les élèves
Contenu: critères précisés dans la fiche d'évaluation individuelle
Aménagement: à concevoir en fonction des critères d'évaluation de la fiche L'évaluation devra être préparée en classe

MODULE POUR LE CE1

Objectif: Renforcer les acquisitions du CP pour aller vers le niveau nageur de niveau 1

LA PREMIÈRE SEANCE :

1 - Accueil à la piscine: Les élèves de chaque classe, avec leur enseignant sont accueillis par l'équipe de maîtres nageurs de la piscine dès la sortie des vestiaires. Ces derniers rappellent aux élèves les consignes d'hygiène et de sécurité et aux enseignants le P.O.S.S.

2 - Entrée dans l'eau: « aménagement de tout le bassin » pour les 2 classes

Objectif: évaluation diagnostique + constitution des groupes
A l'issue de cette évaluation, des groupes relativement homogènes seront constitués.

DEUXIEME A TREIZIÈME SEANCES :

Objectif: s'immerger, se déplacer dans l'eau, entrer et se rééquilibrer, s'équilibrer.

Modalités: répartition des 3 groupes sur tous les ateliers proposés en P .P et en G.P, sur l'ensemble du bassin. Chaque enseignant (éducateur ou professeur des écoles) a un groupe et suit son groupe.

Contenu: dans chaque espace, il doit être possible de proposer :

- des entrées dans l'eau en M.P et G.P (avec ou sans aides), par les pieds, la tête et autres façons.
- des immersions en M.P ou G.P avec rééquilibration : augmentation du temps passé sous l' eau, contact avec le fond, orientation subaquatique (repères visuels), descente par les pieds, par la tête, recherche d'objets lestés, remontée active et passive...
- des équilibres en G.P (avec aide ou sans aide) : ventral, dorsal, roulades avant, immobilisation pendant 3 secondes, enchaînement d'équilibre ventral, dorsal. ..
- des exercices de respiration: par la bouche, par le nez, enchaînement (statique en petite profondeur ou avec appuis solides en moyenne ou grande profondeur) d'une inspiration aérienne et d'une expiration aquatique. ...
- des déplacements (avec aides ou sans aides) : jeux terrestres en M.P ou G.P , déplacements sur le ventre, sur le dos, sur le côté, enchaînement d'un déplacement ventral et d'un déplacement dorsal, augmentation de la distance de parcours, enchaînement d'un déplacement, d'un arrêt et d'une reprise.
- des jeux terrestres connus à adapter au milieu aquatique.

QUATORZIÈME A SEIZIEME SÉANCES:

- Evaluation proposer aux élèves de fin de CE1

LE PROJET POUR LES ELEMENTAIRES DE CYCLE 3

- module de 8 séances en CE2

- module de 8 séances en CMl

- module de 8 séances en CM2

Objectifs à atteindre pour les élèves de cycle 3

- Toujours se préoccuper des élèves qui seraient encore en difficulté sur certains aspects de la natation scolaire (équilibres, entrées, immersions, déplacements).
- Construire chez l'élève le savoir nager (s'il n'a pas encore été réalisé au cycle 2 et des techniques de déplacement: brasse, dos crawlé et crawl. Perfectionner les techniques de nage.
- Découvrir différentes activités aquatiques telles que le sauvetage, le water-polo, la natation synchronisée.
- Aborder (au choix) des disciplines aquatiques (natation synchronisée, nage avec palmes, parcours subaquatique…)
- Atteindre les compétences du savoir nager de niveau 2 (dans la perspective de l'objectif de fin de 6ème de collège).
- Etre capable de descendre en grande profondeur et sans aide.
- Aborder différentes techniques de déplacements: une ventrale avec une respiration aquatique et une dorsale.
- Développer et renforcer l'endurance.
- Les plongeons.

L'évaluation devra être préparée en classe. Les fiches individuelles devront être remplies et apportées à la piscine le jour de l'évaluation.

Une trace des évaluations devra être conservée et communiquée aux professeurs d'E.P.S de collège.